



Mitgehen

Informationen des
Hospiz-Förder-Vereins e.V. Itzehoe

Nr. 39
Mai 2017

Unter anderem mit:

20 Jahre Hospiz
Wie alles begann...

Tod - Kein Thema, das
Jugendliche interessiert?

Erfahrungen in der
Ausbildung

Kindertrauergruppe

Aus der Geschäftsstelle

20 Jahre ambulanter Hospizdienst
im Kreis Steinburg

20 Jahre ambulanter Hospizdienst im Kreis Steinburg

Inhalt:	Seite
Vorwort	3
Wie alles begann...	5
Rückblick auf meine Hospizarbeit	7
Gedanken nach zwei Jahren Sterbebegleitung	8
Tod - Kein Thema das junge Leute interessiert?	9
Unser Trauergesprächskreis	11
Kindertrauergruppe	17
Trauergruppe in Glückstadt	20
Erfahrungen in der Ausbildung	21
Aus der Geschäftsstelle	23

Impressum:

Informationen des Hospiz-Förder-Vereins e. V., ambulante Hospizdienste Itzehoe und Glückstadt
Mitglied im Hospiz- und Palliativ-Verband Schleswig-Holstein
Steinbrückstraße 17, 25524 Itzehoe, Telefon 04821-73076, E-Mail: info@hospiz-itzehoe.de

Vorstand: Rüdiger Blaschke, Julia von Thun, Dieter Andres, Karin Hansen
Geschäftsführung: Ingrid Koplín
Koordination: Kirstin Baade
Redaktion: Dieter Andres und Rüdiger Blaschke
Internet: www.hospiz-itzehoe.de
Layout: Hans-Henning Studt (www.printworx.info)
Druck: Gemeindebriefdruckerei
Spendenkonto: Sparkasse Westholstein
IBAN: DE81 2225 0020 0001 0727 06 BIC: NOLADE 21 WHO



vlnr:
Vorsitzender
Rüdiger Blaschke,
Geschäftsführerin
Ingrid Koplin,
Beisitzerin
Karin Hansen,
Schriftführer
Dieter Andres,
2. Vorsitzende
Julia von Thun,
Koordinatorin
Kirstin Baade

Liebe Freunde des Hospiz-Förder-Vereins!

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

20 Jahre ambulanter Hospizdienst im Kreis Steinburg sind für den Hospiz-Förder-Verein Itzehoe ein guter Anlass, dankbar auf die vergangenen zwei Jahrzehnte zurückzublicken.

Die ersten Schritte waren zwar klein, aber mutig. Die älteren Mitarbeiterinnen berichten, dass es über lange Zeit schwierig war, eine angemessene Akzeptanz in unserer Region zu finden.

Das ist heute ganz anders. So freuen wir uns, unseren Dienst als Teil des Palliativ-Care-Teams im Kreis Steinburg wahrnehmen zu können. Auch erfreuen wir uns inzwischen großartiger Unterstützung vieler Freunde und Förderer, ohne die unsere Arbeit überhaupt nicht denkbar wäre.

In diesem Heft berichten wir vom Vergangenen, vor allem aber über unsere tägliche Arbeit.

Als eine der Gründerinnen des ambulanten Hospizdienstes im Kreis Steinburg kommt Helga Rademaker-Kofen zu Wort und erzählt, wie alles begann. Es folgt eine Vielzahl von Berichten aus unserer Arbeit aus den unterschiedlichsten Blickwinkeln unserer Mitarbeiterinnen.

Auch einige Menschen, die unsere Angebote in Anspruch nehmen, kommen zu Wort.

Mit unserer Arbeit geht es gut voran. In den vergangenen drei Jahren haben wir uns durch Ausbildung weiterer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu Sterbebegleiterinnen deutlich verjüngt.

Mit der Wahl von Julia von Thun als 2. Vorsitzende gilt das auch für unseren Vorstand. An Nachwuchs fehlt es nicht.

Der nächste Kurs für Sterbebegleiter, der im September 2018 beginnen wird, ist bereits jetzt ausgebucht, ohne dass wir hierfür irgendwie geworben hätten. Auch dafür sind wir sehr dankbar.

Unser Wunsch nach einem stationären Hospiz als wichtige und notwendige Ergänzung unserer ambulanten Arbeit dürfte sich in absehbarer Zeit erfüllen. Auch in dieses für uns neue Aufgabenfeld wollen wir uns nach Kräften einbringen.

Im Namen unseres Hospiz-Förder-Vereins, aber auch persönlich, danke ich Ihnen von Herzen für Ihr Interesse an unserer Arbeit aber auch für ihre Unterstützung. Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre dieses Heftes.

Rüdiger Blaschke

1. Vorsitzender



Unsere Mitarbeiterinnen in der Trauerarbeit - vlnr: Koordinatorin Kirstin Baade, Ute Goehrke-Möller, Helga Rademaker-Kofen, Karin Manzke, Karin Hansen, Sigrid Fischer, Anke Ramm, Julia von Thun Nicht im Bild: Charlotte Engel



Wie alles begann

Am 17. Februar 1997 stand in der Norddeutschen Rundschau über einem Bericht die Überschrift:

Hospiz-Dienst – bald auch in Itzehoe?

Sterbende auf ihren Weg begleiten, Angehörige unterstützen, diesen Dienst wollten mein Mann und ich gerne weiterführen. Wertvolle Erfahrungen aus der Dienstzeit in Hessen brachten wir mit.

Durch die Bekanntschaft des Pastors der Kirchengemeinde St. Jakobi wurden uns Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt. Wie würde dieser Dienst in Itzehoe angenommen werden?

Der Name „Hospiz“ war noch mit viel Unsicherheit und Angst besetzt. Zu einem ersten Info-Treff in der Kirchengemeinde St. Jakobi kamen dreißig Interessierte, Thema: „In Würde sterben“. Meinem ersten Aufruf zu einer Mitarbeit folgten sechs Teilnehmer, ich war dankbar.

Nun begann eine sehr intensive Öffentlichkeitsarbeit, die besonders von meinem Mann geleistet wurde. Pflegedienste und soziale Einrichtungen wurden besucht. Aber auch wir Hospizler waren fleißig. Mit unseren Flyern standen wir bereit für Gespräche im Einkaufszentrum, auf Flohmärkten und Gesundheitsmessen.

Durch die Freundschaft mit Dr. med. Paul Becker, Pionier der Hospizarbeit in Deutschland und Gründer des Vereins IGSL - Internationale Gesellschaft für Sterbebegleitung und Lebensbeistand, wurde schon im Juli das erste Grundseminar veranstaltet mit Dr. Becker als Referenten.

Es fand mit 30 Teilnehmern im Pflegeheim Langer Peter statt. Die Hospizgruppe wuchs. Meine Wohnung wurde zu klein, sowohl für die Büroarbeit als auch für die Treffen der Hospizmitarbeiter.

Das Pflegeheim Langer Peter bot uns einen Raum an, auch das Gesundheitsamt und danach waren wir Gäste in sehr schönen Räumen in der Talstraße der DRK Schwesternschaft Ostpreußen.

Nach einigen Wochen wurden wir auch zu den ersten Begleitungen gerufen, in Pflegeheime oder zu Angehörigen die um Entlastung baten, eine ergänzende Hilfe der ambulanten Pflegedienste. Viele, viele Stunden, besonders in den Nächten, saßen wir an den Betten der Sterbenden.

Wie alles begann - Helga Rademaker-Kofen

Die Hospizmitarbeiter wurden immer wieder zugeworfen durch Seminare, Besuche stationärer Hospize, Autorenlesungen, Ärzte und Therapeuten.

Der Hospiz-Förder-Verein wurde gegründet.

Nun waren wir gemeinnützig und wir bekamen Spenden. Der Kreis Steinburg hat viele Serviceclubs die gerne helfen und großzügig spenden, z.B. Ladies Circle, Soroptimisten, Lions-Club, die Loge, die Rotarier und ganz besonders die Damen von „Inner Wheel“.

Wir stellten unseren Dienst vor und gleich wurden Aktionen beschlossen.

Eine besonders beeindruckende Aktion fand in Glückstadt am 28. Mai 2000 im Palais am Hafen statt.

Wochenlange intensive Vorarbeit mit viel Einsatz war nötig, um eine Bilderauktion zu starten. 700 Bilder wurden versteigert, die vorher gesammelt wurden.

25.000 DM wurden überreicht und sollten zur Verselbständigung unseres Dienstes dienen. Wir konnten unser Glück kaum fassen.

Die Damen von „Inner Wheel“ vermittelten uns auch die leerstehenden Räume von Dr. Brasche in der Steinbrückstraße. Am 3. April 2004 feierten wir dort mit vielen Gästen die Einweihung.

Nun hatten wir ein eigenes Büro und eine eigene Adresse.

Es war der erste ambulante Hospiz-Dienst in Schleswig-Holstein, der eine eigene Zentrale hatte.

Inzwischen gab es viele Veränderungen, doch schaue ich dankbar zurück und freue mich über viele neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die mit viel Enthusiasmus diesen Dienst weiterführen.

Helga Rademaker-Kofen





Rückblick auf meine Hospizarbeit

Große Augen..., oft Betroffenheit..., das könnte ich nicht...

Das sind Reaktionen, die ich erfahre, wenn ich erzähle, dass ich seit April 2016 eine Sterbebegleiterin beim Hospiz-Dienst in Itzehoe bin.

Der Tod hat in meinem Leben schon immer eine große Rolle gehabt.

Was natürlich nicht heißt, dass ich weiß, wie sterben geht oder sich womöglich anfühlt.

Aber durch die Ausbildung und durch die Sterbebegleitungen ist mir nochmal mehr klargeworden, auch ich bin sterblich.

Innerhalb des Jahres, das die Ausbildung gedauert hat, habe ich gelernt, immer in Reflektion zu sein.

Zuhören und Gespür haben, ist das Wichtigste.

Bei meinen bisherigen Begleitungen kam es auch wirklich genau darauf an.

Sie waren alle drei ganz, ganz unterschiedlich, aber eines hatten sie gemeinsam, es gab immer viele fröhliche Momente.

Neben Reflektion, Zuhören und Gespür gibt es auch die Achtsamkeit mit sich selbst.

Bei Gesprächen mit unserer Koordinatorin Kirstin Baade, unseren monatlichen Hospiz- Gruppen-Abenden und regelmäßigen Supervisionsterminen, kann ich alle meine Fragen stellen und Kraft tanken.

Mein Fazit aus 1 ½ Jahren Hospizarbeit:

Für mich ist es genau die richtige Entscheidung, eine Sterbebegleiterin zu sein.

Das Hospizangebot und auch die Hospizarbeit müssen noch bekannter werden.

Wir reden zu wenig über den Tod.

Keiner kennt den Tod.

Niemand weiß, ob er nicht der Menschen bester Freund ist.

Anke Ramm



Gedanken nach zwei Jahren Sterbebegleitung

Was von Anfang an immer noch Gültigkeit für mich hat, ist, dass jede Sterbebegleitung anders ist, immer wieder interessant und faszinierend. Was für Geschichten und Schicksale hinter jedem Menschen stecken! Und am Ende des Lebens ist dann nur noch der Mensch.

Es ist schön, wenn man sich noch unterhalten kann, das macht es leichter. Ich glaube, wenn das Sprechen nicht mehr möglich ist, dann sind da nur noch Gefühle, Emotionen. Das merkt man immer wieder. Man glaubt gar nicht, wie viel man „erspüren“ kann, und oft ist es genau das Richtige im richtigen Moment. Ein Liedchen summen, gar nichts tun, einfach nur da sein.

Ich gebe zu, es gab schon mal die Situation, da habe ich gedacht, was machst du hier eigentlich, das bringt dem Sterbenden doch gar nichts. Aber ich wurde immer eines Besseren belehrt. Sei es ein Lächeln, ein Händedruck oder der Gesichtsausdruck. Es ist schön, wenn man merkt, wie sehr wir gebraucht werden und wie wichtig unsere Arbeit ist, auch für die Angehörigen.

Ich bin gespannt, was noch alles auf mich zukommt!

Ingrid Faktor





Tod - Kein Thema, das junge Leute interessiert?

Oh doch! Im Rahmen eines Projekttages auf dem Gymnasium AVS in Itzehoe wurde die Hospizarbeit zur Themenauswahl angeboten.

Bereits zwei Mal haben Kirstin Baade und ich diesen Austausch zum Thema „Sterben, Tod und Trauer“ angeboten und jedes Mal fanden sich Gesprächspartner.

Bisher ausschließlich Mädchen.

In der Kennlernrunde ist unter anderem zu berichten, was die jungen Menschen veranlasst, sich genau dieses Projekt auszusuchen.



Da kommen dann Antworten wie:

„Ich möchte einfach mal was über das Thema hören.“, „Meine Freundin hat einen Angehörigen verloren und ich wusste nicht, wie ich mich verhalten sollte.“, „Ich möchte Ärztin werden und werde dann wohl mit dem Thema konfrontiert.“ oder „Ich wollte mal hören, wie ich mich verhalten kann, wenn so etwas in meinem Umfeld passiert.“

Zugegeben, bisher waren wir sehr zufrieden nicht zu hören: In den anderen Projekten war kein Platz mehr frei!

Diese Freiwilligkeit und Aufgeschlossenheit, die die Teilnehmerinnen mitbringen, lassen die Stunden wie im Fluge vergehen. Es ist schön, zu beobachten, wie für einen kurzen Zeitraum eine Gruppe aus so verschiedenen jungen Menschen zusammenwächst, die sich ein paar Antworten erarbeiten und sich auch klar mit ihren Gefühlen auseinandersetzen.

Am Ende hat jede einen Eindruck davon, wie schlimm es sich anfühlen mag, wenn ein Mitschüler in seiner Trauer gesagt bekommt: „Ach komm, nun reiß dich mal zusammen!“,

„So schlimm kann das doch nicht sein.“ oder „Wenn du nur noch weinst, kann ich nichts mit dir anfangen.“

Sie meinen, so etwas sagt doch keiner? Schön wär's! Leider passiert oft genau das und zwar aus Unsicherheit.

Wie sagt man es denn richtig? Gute Frage! Auch hier ist für jeden etwas Anderes gut.

Aber auf keinen Fall Floskeln! Wenn man sich nah ist, dann ist es eine Berührung, die gut tun kann oder das ehrlich gemeinte Angebot:

„Wie kann ich für dich da sein?“, „Wie kann ich dich unterstützen?“ oder „Was möchtest du jetzt überhaupt nicht?“.

Sich in das Gefühl zu versetzen, einen eigenen Verlust zu erleben, dann wieder in die Schule zu gehen und mit der Erkenntnis nach Hause zu kommen:

Heute waren alle komisch, sie haben mich gemieden. Keiner hat etwas zu mir gesagt, sie haben mich nur komisch angeschaut!

Die Heranwachsenden erarbeiten in kleinen Gruppen, wie man anders mit dieser Situation umgehen kann. Sie entwickeln so viele Ideen und verwerfen auch einige wieder.

Dann ist meist das Eis gebrochen und wir werden gefragt, was unsere ehrenamtliche Arbeit beinhaltet. Sie wollen von unseren Gefühlen erfahren.

Was treibt uns an, so etwas in unserer Freizeit zu machen, was gibt uns Halt und Kraft und wo liegen unsere Grenzen?

Die Abschlussrunde ist meist sehr lebendig, offen und ehrlich.

Denn so tot ist Tod gar nicht! Die jungen Menschen haben sehr wohl viele Fragen und da bleibt zu hoffen, dass sie sich die nicht nehmen lassen und sich wagen, diese zu stellen, egal, um welches Thema es geht!

Julia von Thun





Unser Trauergesprächskreis

Schon mehrmals haben wir an dieser Stelle über unsere Angebote der Trauergruppen berichtet.

Wir möchten Menschen in ihrer Trauer hilfreich begleiten, sie ermutigen über ihren Schmerz, ihre Fragen und Erfahrungen ins Gespräch zu kommen und vielleicht ganz neue Möglichkeiten auf ihrem Weg zu entdecken.

Dabei ist uns wichtig, die Trauernden achtsam auf ihren Weg zu begleiten, für den sie sich entschieden haben.

Helga Rademaker

Ich sehe meine Aufgabe als Co-Leiterin des Gesprächskreises darin, dass ich Menschen, die einen Angehörigen verloren haben, durch unterstützende Methoden und Gespräche helfe, mit dem Verlust besser zu leben und die Trauer zu verarbeiten, so dass sie ihr verändertes Leben wieder aufnehmen können.

Sigrid Fischer

Teilnehmer des Gesprächskreises berichten:

20 Jahre Bestehen der Trauergruppe – Zeit Danke zu sagen

Liebe Helga,
ich nehme Euer Jubiläum zum Anlass, mich auch einmal offiziell dafür zu bedanken, dass es Euch gibt. Ich habe Hilfe gebraucht und sie von Euch bekommen.
Hier meine Geschichte:

Krebs – mit dieser Diagnose schwankten unsere Gefühle ständig zwischen Angst und Hoffnung. Aber wir nahmen den Kampf auf. Wir schmiedeten Pläne, verwarfen sie wieder, schmiedeten neue - irgendwie ging das Leben weiter. Wir hatten uns ja noch.

Dann fiel das Wort „austherapiert“. Schock, Panik! Dennoch: Mein Mann sollte in seiner vertrauten Umgebung sterben.

Unterstützt von starken Menschen aus der Familie und einem kompetenten Palliativ-Team konnte ich ihn bis zu seinem Tod begleiten. Das war hart, aber es war gut und richtig so.

Danach funktionierte ich im Alltag recht gut, und so war ich auch fest davon überzeugt, ich würde mich allein wieder aus dem tiefen Gefühlsloch heraus wühlen können.

Welch ein Irrtum! Fast 1 Jahr habe ich gegen meine Hilflosigkeit, meine Trauer, mein Alleinsein gekämpft. Vergeblich, nichts wurde besser oder leichter.

Während der Zeit der Palliativpflege kam Kirstin Baade zu uns ins Haus.

Die intensiven Gespräche mit ihr taten sehr gut. Sie war es letztlich dann auch, die mich auf die Trauergruppe aufmerksam machte, und irgendwann nahm ich dann meinen ganzen Mut zusammen und fuhr nach Itzehoe.

Ich hatte Angst, und ich weiß heute auch nicht mehr, was ich eigentlich erwartet habe. Ich weiß aber noch sehr gut, was mich erwartete:

Eine Schicksalsgemeinschaft unterschiedlichster Menschen – fürsorglich, zugewandt, einfühlsam und sehr zielgerichtet geleitet von ehrenamtlichen Experten mit viel Erfahrung auf dem Gebiet der Trauerbewältigung.

In einem geschützten Umfeld können wir uns ganz öffnen, über unseren Schmerz reden; wir werden verstanden.

Wir lernen im Miteinander an uns zu arbeiten, bekommen „Anstöße“, die das Überdenken der eigenen Position möglich machen.

Sie geben uns „Bilder“ für Herz und Kopf, die unsere Probleme abstrakter und dennoch deutlicher machen.

Wir lernen Trost zu suchen und zu finden, auch durch die Erkenntnis, dass wir nicht allein dastehen, wenn das Umfeld meint, die Zeit der Trauer müsse jetzt mal beendet werden.

Wir lernen ganz schlicht das **Weiterleben** - immer und immer wieder – denn Jede/r trauert anders, auch unterschiedlich lange. Trauer hat eben keine Zeit.

Anfangs sah ich mich oft ängstlich und ganz allein eine dunkle Allee entlanggehen, sehr unsicher und immer darauf bedacht, nicht zu stolpern oder gar in ein tiefes, dunkles Loch zu fallen.

Dank „meiner“ Helfer kann ich diese Allee jetzt immer öfter auch als einen wunderbar ruhigen Weg erkennen. Ich bin nicht mehr so ängstlich, denn die Bäume spenden lediglich Schatten; sie sind die Behüter und Bewacher geworden – für mich und meine Erinnerungen.

Ich bin jetzt über 3 Jahre in dieser Gruppe, und ich denke manchmal, ich könnte vielleicht schon ein gutes Stück allein „laufen“. Der Gedanke, dass es mein „Geländer“ in der Trauergruppe dann immer noch gibt, macht mir Mut dazu.

Deshalb: Zeit Danke zu sagen!

Danke Helga, Danke Sigrid und Danke an alle diejenigen, die diese segensreiche Einrichtung ermöglichen.

Herzlichst Marita

Ein Dankeschön

Wie gut, dass es diese Gruppe gibt.

Ein herzliches Dankeschön allen, die dazu beitragen, besonders Helga und Sigrid. Es wird in der Gruppe geweint und gelacht. Hier können wir reden und werden verstanden.

Es gibt mir viel Kraft und Zuversicht in der so schweren Zeit.

Bärbel Kruse

Ich bin zehn Monate nach dem Tod meines Mannes in die Trauergruppe vom Hospiz Itzehoe gegangen.

Die Begleiter helfen mir, da wir alle eine ähnliche Geschichte haben.

Wir können sehr offen miteinander reden und wir verstehen einander.

Ich bin sehr froh, dass es so etwas gibt.

CT.



Obwohl ich selber schon lange erwachsen bin, hat mir der plötzliche Tod meines geliebten Vaters den Boden unter den Füßen weggerissen.

Ich habe mich daher selbst auf die Suche nach einer Trauergruppe begeben und diese hier gefunden.

Hier wird der Verlust eines jeden Menschen und jede Art von Trauer ernst genommen. Nichts wird bewertet, jeder kommt, wie er ist.

Unsere Gruppenleiterinnen sind gut ausgebildet und wissen, wovon sie und wir sprechen.

Es gibt jedes Mal ein Thema, über das wir in kleinen Gruppen oder alle zusammen sprechen. Genauso ist jedes Mal Zeit für persönliche Gespräche untereinander.

Ich bin seit etwas über einem Jahr dabei und gehe immer mit einem besseren Gefühl nach Hause.

Ich habe für mich gelernt, dass es wichtig ist, sich mit Menschen auszutauschen, die gerade dasselbe durchmachen, dass es viele Arten von Trauer gibt und dass es ein langer Weg ist, den aber niemand allein gehen muss.

Ich kann nur jeden, der in diese Lage kommt, ermutigen, einmal vorbeizuschauen und selbst zu entscheiden.

Mit vielem Dank an die Gruppe,

Daniela H.



Für meinen verstorbenen Ehemann Erwin

Gefühle bleiben

von
Andrea Sabine Kuhnke

Eben war noch alles gut
Wir hatten noch soviel Mut
Doch plötzlich gibt es eine Kluft
Ein Herzinfarkt nimmt dir die Luft

Dein letzter Atemzug
Reanimation
Notarzt
Blaulicht
Rettungswagen
Das geht mir auf den Magen
Ich kann dir nicht helfen in der Not
Und jetzt bist du fast tot

Du schaffst es bis ins Klinikum
Ich sitze im Wartezimmer rum
Irgendwann kommt ein Arzt zu mir
Er teilt mir mit: Das wird nichts mehr

Ich halte deine Hand und weine
Lass mich nicht alleine
Trotz Hirntod merkst du ich bin da
Wir sind uns so nah

Gefühle bleiben bis zum Schluss
Du schwebst davon, weil du es musst
Die Möwe nimmt dich mit aufs Meer
Ich fühle mich ganz schwer

Ich lege meinen Kopf auf dein Herz
Es bleibt ein Schmerz
Ich weine
Bin jetzt für immer alleine

Ich bin froh, den Weg zum Trauergesprächskreis gefunden zu haben.
Vielen Dank an die Kursleiterinnen Helga Rademaker und Sigrid Fischer für die
Zeit, die beide ehrenamtlich opfern, um uns Trauernden zu helfen.

Zwei Teilnehmerinnen des Trauercafés berichten

Einen geliebten Menschen zu verlieren, ist wohl das Schwerste im Leben, was passieren kann. Erst recht, wenn es ganz ohne Vorwarnung geschieht. Man ist wie gelähmt, schläft wochenlang kaum. Man weiß nicht, wohin mit der Trauer.

Wir hörten, jeweils in unserer ganz persönlichen Situation, vom Trauercafé, welches vom Hospizverein angeboten wird.

In dieser Einrichtung kann jeder seiner Trauer freien Lauf lassen.

Wenn Tränen fließen, ist es auch gut. Dieses ist hilfreich das Leben neu zu gestalten. Denn es ist ja nur noch die Hälfte.

Wir treffen uns alle 14 Tage donnerstags.

Durch liebevolle Ausgestaltung des Raumes wird eine Atmosphäre geschaffen, die es möglich macht, sich zu öffnen. Respekt vor dieser Tätigkeit!

Zur Einleitung gibt es Kaffee und Kuchen so viel man möchte. Danach findet in einem gesonderten Raum, der auch liebevoll mit Blumen und Kerzen dekoriert wurde, die von Frau Manzke, Frau Engel und Frau Rademaker geführte Gesprächsstunde statt.

Aus diesem Treffen heraus hat sich eine kleine Gruppe gebildet, die sich auch außerhalb dieser Therapie trifft. Menschen kennenzulernen, die das gleiche Schicksal teilen, ist wunderbar und hilft in schweren Situationen.

Danke, dass es so etwas gibt!

Ilse Seemann und Irmgard Rozek



Es gibt Dinge, die ändern sich nie!

Es ist eine Faszination, wie sich das Vorlesen einer Geschichte auswirkt. Gerne erinnere ich mich da an meine eigene Kindheit zurück. Wenn ich eine Geschichte vorgelesen bekam, dann erschien alles um mich herum so friedlich und still. Da war nur diese Stimme auf die ich mich konzentrierte. Ich war im „Hier und Jetzt“! Die Gedanken sind für einen Moment geführt und doch bleibt es meiner Vorstellung vorbehalten, den Worten und der Geschichte ein gedankliches Bild zu verleihen. So war es früher und so ist es heute.

Die Kinder in unserer Trauergruppe lieben den Moment des Vorlesens. Von der RSH-Spende konnten wir unser Bücherangebot erweitern. Wenn ein Buch ausgewählt wird, dann heißt es im wahrsten Sinne des Wortes: Auf die Plätze! Fertig? Los!

Mit „Auf die Plätze“ ist gemeint, jeder sucht sich einen schönen gemütlichen Platz in unserem Zimmer. Die Sitzsäcke sind sehr begehrt und somit bleibt für mich als Vorlesende meistens nur der warme Heizkörper im Rücken und ein paar Kinderfüße, die mit mir in Kontakt treten.

Nach der ersten Seite des Vorlesens fällt dann einem der Kinder ein, dass eine Decke noch ganz nötig ist. Und wie soll es anders sein, dieser Gedanke ist auch schnell mit allen anderen geteilt. Jetzt die entscheidende Frage, wer nimmt welche Farbe, neue Kuschelposition einnehmen, noch ein Kuscheltier schnappen, alles nochmal überprüfen fertig?.....okay, dann geht's los!

Offene Ohren, geschlossene Münder, wache Augen um mich herum!

Die Geschichten handeln meist vom Verlust.

Und da ist immer mal was Anderes gefragt.

Die Geschichte vom kleinen rosa Elefanten beispielsweise, der sich von seinem Freund trennen muss, weil sich die Herde teilt. Die Schilderung darüber, wie traurig es ist, einen Freund zu verlassen und dass es manchmal dauern kann, neues Vertrauen aufzubauen um sich in einem anderen Umfeld wieder wohl zu fühlen, sich wieder anzunähern und es zuzulassen, wieder lustig zu sein.

(Wie der kleine rosa Elefant einmal sehr traurig war und wie es ihm wieder gut ging - Autoren: Monika Witzte und Eric Battut; erschienen im Bohem Verlag)

Dann ist da das Mädchen mit ihrer knallroten Lackleder-Omahandtasche (sprechen Sie das mal laut und schnell aus ☺).

Die hat nichts Anderes vor als immer wieder durch den Hamburger Stadtpark zu schreien: „Gehört das so??!“ und damit die chillenden Leute zu verwirren und diese mit ihrer Frage zu irritieren. Erst als sich eine kleine Gruppe traut, zu fragen, was sie so betrübt, erzählt sie, dass Elvis gestorben ist. Nein, nicht der Elvis!

Ihr Elvis, ein gelber Vogel liegt in ihrer knallroten Lackleder-Omahandtasche. Erst als die Leute ihr zuhören, sie mit ihrer Frage annehmen, entspannt sich die Körpersprache des Mädchens. Gemeinsam beschließen sie, Elvis zu beerdigen. Mit Kranz, Schleife, Weihrauch und Bienenstich, gefolgt von den Geschichten, wie Elvis denn so war.

Dieses Buch hat nicht viel Text. Es gilt jedes Mal, etwas Neues auf den Bildern zu entdecken und dieses mit den eigenen Gefühlen zu reflektieren.

Die Kinder lieben es.

Am liebsten haben sie die Passage, in der wir gemeinsam so laut es geht die Frage aller Fragen herausrufen: „Gehört das sooooooooo?“

(Gehört das so??! Die Geschichte von Elvis

Autor: Peter Schössow; erschienen im Carl Hanser Verlag)

Die Geschichte vom Dachs ist auch sehr schön. Sie berichtet darüber, wie ein alter, weiser Dachs bereit ist, sein Lebensende anzunehmen.

Das Umfeld ist nach dem Bekanntwerden seines Todes sehr traurig. Und dann kommen die vielen schönen Erinnerungen eines jeden einzelnen ans Licht.

Jeder weiß etwas zu berichten, wie er war, der Dachs. Er hat Spuren hinterlassen.

Vielen hat er etwas beigebracht. Ein guter Freund und Zuhörer ist er gewesen.

Er war da, wenn man ihn brauchte.

Und so heißt es am Ende versöhnlich: Leb wohl, lieber Dachs!

(Leb wohl, lieber Dachs

Autorin: Susan Varley; erschienen im Annette Betz Verlag)

Dies´ ist ein kurzer Auszug aus unserem Bücherregal.

Egal, welches Buch das auserwählte ist, die Kinder haben alle eine Idee zu dem, was geschildert wird und erzählen dann auch gerne von ihren eigenen Gefühlen.

Die Zeit der Stille, des Zuhörens und der Reflexion ist mit dem Schließen des Buches vorbei.

Das ist auch in Ordnung, denn wenn doch noch was aufliegt und zu Hause, in der Schule oder in anderen Situationen Fragen dazu aufkommen, dann besteht ja die Gewissheit, dass wir uns wiedersehen. Alle 14 Tage.

Und dann ist wieder Platz, Zeit und der Rahmen, in der Gruppe Themen anzusprechen, die nicht an jeder Stelle auf Gehör und Verständnis treffen.

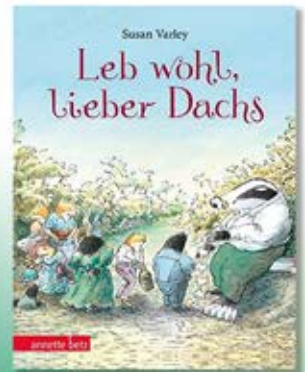
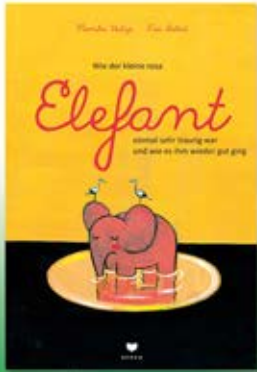
Kindertrauergruppe - Julia von Thun

Ich habe das Buch noch nicht aus der Hand gelegt, dann sind da schnell neue Ideen, was wir noch machen können in der verbleibenden Zeit am Nachmittag. Zum Beispiel mit dem Schoko-Hopper-Spiel beginnen.....wie das geht? Das schreibe ich Ihnen in der nächsten Ausgabe.

Ach und dann ist da noch was. Wer räumt die Kuschelecke wieder auf und legt die Decken zurück? Ganz klar, Kirstin und ich! Wir werden jedes Mal einstimmig gewählt.....

Wie schon zu Beginn gesagt: Es gibt Dinge, die ändern sich nie. ☺

Julia von Thun





Trauergruppe in Glückstadt

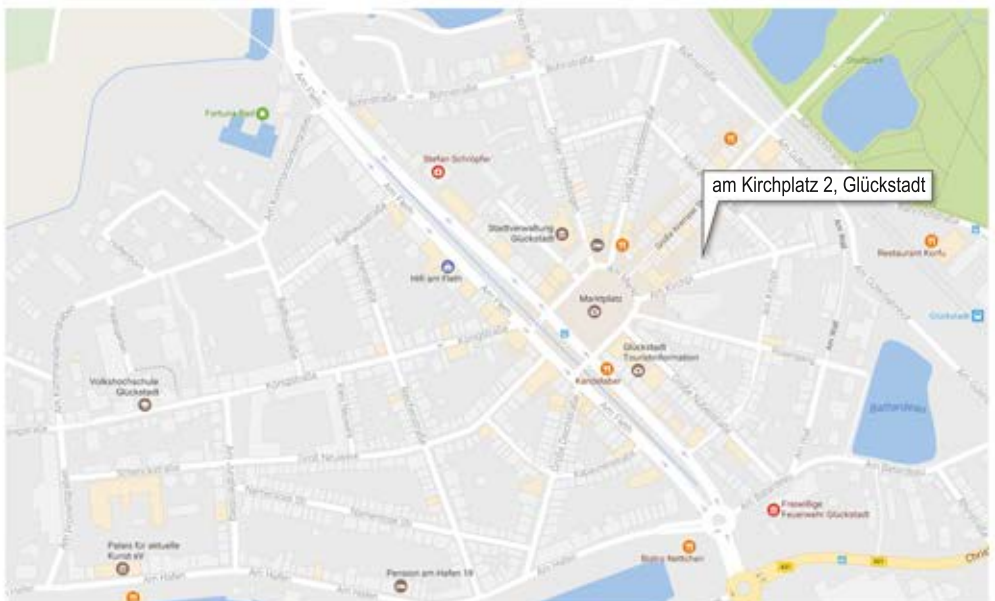
Auch in Glückstadt besteht die Möglichkeit, sich im geschützten Raum über die Trauer auszutauschen.

In gemütlicher Atmosphäre sprechen wir über unsere Trauer, Sorgen, Nöte und anderes. Es sind langjährige Gäste da und auch einige, die nach kurzer Zeit ihren Weg wieder alleine gehen können.

Wir treffen uns immer am zweiten Mittwoch des Monats um 15:00 Uhr im Gemeindehaus Glückstadt, Am Kirchplatz 2.

Neue Besucher sind uns jederzeit willkommen! Kontaktaufnahme ist immer möglich über meine Telefonnummer 04124/ 81276

Karin Hansen





Erfahrungen in der Ausbildung

Trauernde Erwachsene begleiten, Qualifizierung in Trauerbegleitung, Grundstufe

Vom Hospiz-Förder-Verein e. V. Itzehoe habe ich die Möglichkeit erhalten, eine einjährige Ausbildung zur Trauerbegleiterin im Hamburg Leuchtfeuer Lotsenhaus absolvieren zu dürfen.

Unsere Gruppe setzt sich aus wertvollen Menschen zusammen, die aus unterschiedlichsten Beweggründen diesen Weg gehen und aus psychosozialen Berufsgruppen kommen oder ehrenamtlich Begleitende und Beratende sind.

Theoretische Wissensvermittlung sowie praktische Übungen stehen neben der reflektierenden Auseinandersetzung mit dem Umgang der eigenen Trauer im Mittelpunkt.

Neben den hauseigenen Dozenten geben auch Gastreferenten wie Frau Dr. Miriam von Haagen ihr kostbares Wissen und ihre Erfahrungen weiter.

Botschaften, die mir persönlich in besonderer Erinnerung bleiben werden sind:

- Der Begleitende geht immer hinter dem zu Begleitenden.
- In der Begleitung geht es darum, entwicklungsfördernde Beziehungen zu schaffen, in denen das, was angelegt ist (wieder) wachsen kann.
- Korrigierende Beziehungen von Seiten der Begleiter helfen der trauernden Personen u. a. (Selbst-) Abwertungen zurück zu nehmen.
- Die Eigenart und Ausdrucksweise der Trauernden ist als individuell sinnvoll zu respektieren – auch wenn es von außen beobachtet als unverständlich oder sonderlich eingestuft wird!

Auch die Vorteile der Genogrammarbeit wurden nähergebracht. Einen Wandel der Sichtweise hat es für mich bezüglich des Berufs der Bestatter gegeben: es geht nicht um klassische „Bestatter“, sondern vielmehr um Begleiter.

Die Zeit zwischen Tod und Bestattung kann man nicht wiederholen! Achtsamkeit ist von großer Bedeutung. Es geht darum, den Trauernden „heilende Bilder“ mit auf ihren weiteren Weg zu geben.

Unter den Teilnehmern finden regelmäßig Kleingruppentreffen statt, in denen gemeinsam reflektiert, diskutiert und Hausaufgaben bearbeitet werden.

Auch dem restlichen Teil der Ausbildung sehe ich mit großem Interesse entgegen und bin in erwartungsvoller Haltung, wenn es um die Themen „Methoden für die Begleitung“, „Umgang mit erschwerten Trauerprozessen“, „Spiritualität und Selbstfürsorge“ und „Abschiede gestalten“, geht.

Verena Förster





Aus der Geschäftsstelle

Unser Verein hat sich zur Aufgabe gemacht, Sterbende zu begleiten und Hinterbliebene, Kinder eingeschlossen, in ihrer Trauer zu stützen.

Über das großartige Engagement unserer ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleiter ist in den vorhergehenden Artikeln schon viel berichtet worden. Gewissermaßen als Hintergrund dieser an den Menschen geleisteten ehrenamtlichen Arbeit steht die Geschäftsstelle.

Meine Arbeit als Geschäftsführerin besteht unter anderem in der Kommunikation mit dem Hospiz- und Palliativverband, mit der Weitergabe von Informationen an den Vorstand, an die Koordinatorin oder unsere Mitglieder.

In der Betreuung unseres Freundeskreises liegt einer der Schwerpunkte meiner Arbeit. Natürlich gehört dazu auch ganz normale Verwaltungstätigkeit, wie der Finanzpart, das Versicherungswesen, Antragstellungen, die Organisation von Gruppenabenden, Kauf von Druckerpatronen und -papier, ja sogar die defekte Glühbirne zu beschaffen und zu wechseln.

Alles das, was halt so in einem Büro anfällt. Ganz besonders aber am Herzen liegt mir das Dankeschön an unsere Sponsoren und Spender; immer bekommen Sie - je nach Höhe der Spende - eine Spendenbescheinigung und/oder ein paar Zeilen des Dankes.

Noch etwas Besonderes gehört ebenfalls zu meiner Tätigkeit.

Donnerstags, von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr, die Sprechstunde für Jedermann der Fragen hat, Unterstützung erbittet oder eine Vorsorgemappe benötigt.

Diese Besuche und Gespräche sind immer individuell und manchmal überraschend positiv.

Eine Dame stand vor der Tür und überbrachte eine Spende. Sie hatte von ihren Geburtstagsgästen kein Geschenk, sondern einen kleinen Beitrag für unsere Hospizarbeit erbeten. Dieses Geburtstagsgeschenk überbrachte sie persönlich, schaute sich unsere Räumlichkeiten an und ich erzählte ihr von unserer Arbeit. Es ist wundervoll, etwas von unserer Arbeit mitzuteilen und so immer mehr Menschen zu erreichen.

Ingrid Koplin
Geschäftsführerin

Ein Teil unserer MitarbeiterInnen:



vlnr. Ute Goehrke-Möller, Helga Rademaker-Kofen, Karin Manzke, Sigrid Fischer, Ingrid Koplín, Karin Hansen, Signe Petersen, Gabi Bahlo, Dieter Andres, Anke Ramm, Heidi Andres, Julia von Thun, Ingrid Faktor, Verena Förster, Sebastian Rogge, Petra Fischer, Meike Reichert, Kirstin Baade, Rüdiger Blaschke

Nicht im Bild: Gabriele Dieckmann, Doris Lempfert, Sabine Kaack, Birgit Krech, Eva-Maria Lange, Nicole Möller, Charlotte Engel, Bärbel Pingel, Renate Pokrant, Karina Richter, Hans-Uwe Timm